
MIKOŁAJ KRASNODEBSKI¹

FILOZOFICZNE ROZMOWY LECZĄCE DUSZĘ. SENEKI LISTY MORALNE DO LUCYLIUSZA JAKO TRAKTAT TERAPEUTYCZNY

1. Wprowadzenie: Seneki filozofia w Listach moralnych do Lucyliusza jako terapia — duchowe ćwiczenie, prowadzenie i leczenie duszy. 2. Listy — rzeczywista czy fikcyjna korespondencja? 3. Filozofia jako lekarstwo duszy — kształtowanie się problematyki. 3. Arete jako lekarstwo duszy. 4. Homo sacra res homini — człowiek jest [dla człowieka] rzeczą świętą. Czy natura człowieka jest nabyta czy wypracowana? 5. Choroby duszy jako skutek braku arete i dobra. 6. Wnioski: Seneka jako terapeuta.

Abstrakt

Filozofia stoicka i epikurejska powstała po podbojach Aleksandra Wielkiego ma praktyczny charakter, nie stawia sobie za cel zbudowanie całościowego systemu metafizycznego, tłumaczącego rzeczywistość, jak miało to miejsce w filozofii Platona (idealizm) i Arystotelesa (realizm). Nurty filozoficzne po Aleksandrze zo-

¹ Dr hab., prof. Instytutu Humanistycznego Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Głogowie, e-mail: mikolajkrasnodebski@gmail.com; ORCID: 0000-0002-3622-1185. Terapię filozoficzną oraz *Listy moralne Seneki* promowałem w wystąpieniach medialnych oraz podczas zajęć praktycznych: *Jak żyć? Filozofia jako terapia*, „Poranny łyk kawy i jajecznica na boczk” red. Krzysztof Arsenowicz, Polskie Radio w Chicago, USA (21.09.2014); *Czy filozofia może być terapią?* „Idee mają konsekwencje”, red. dr Anna Mandrela, Media Narodowe (14.03.2021); prowadzi Pracownię Terapii Filozoficznej w PWSZ w Głogowie (od 21.10.2019).

stały skonfrontowane z pytaniem: jak żyć? Jak żyć po „wyjściu” z *polis* w kosmopolitycznych imperiach? Jak odnaleźć się w wielości kultur, wierzeń i języków? Jaka jest natura człowieka? Jak osiągnąć szczęście? Jaka rolę spełnia w ludzkim życiu sprawność — cnota? Czym jest przyjemność i jaki należy mieć do niej stosunek?

Zarówno Zenon z Kition, jak i Epikur wychodzą z tego samego filozoficznego punktu wyjścia. Niemal w tym samym czasie zakładają w Atenach swoje szkoły: na przełomie 307/306 r. przed Chr. powstaje „Ogród” Epikura i około 300 r. „Stoia” Zenona. Zarówno epikurejczycy, jak i stoicy swoje szkoły filozoficzne budują na materialistycznej antropologii. Jednak inaczej kształtują swoją filozofię moralną, poszukującą szczęścia (eudajmonizm). Dla pierwszego szczęście polega na zgodnej z rozumem przyjemności, dla drugiego na *areté* (sprawność, cnota). Epikur dopuszcza przyjemność, Zenon w zupełności ją odrzuca.

Lucjusz Anneusz Seneka (Młodszy) żyjący w I po Chr. należy do trzeciej generacji szkoły stoickiej — rzymskiego eklektyzmu, zgodnego zresztą z duchem filozofii Zenona. Zenon, w przeciwieństwie do Epikura, nie uprawiał filozofii dogmatycznej i zamkniętej na obce wpływy, stąd jej żywotność i niemal niesłabnąca popularność nie tylko w starożytności. Synkretyczny stoicyzm Seneki zawiera w sobie wątki epikurejskie, arystotelesowskie, a nawet platońskie (zagadnienie nieśmiertelności duszy ludzkiej) i medioplatońskie (zagadnienie opatrności², kreacjonizmu³). Te ostatnie może zostały zapożyczone od Filona z Aleksandrii i w pewnym aspekcie korespondują z myślą chrześcijańską. Filozofia moralna wychowawcy Nerona jest humanistyczna, uniwersalna i praktyczna. Zawiera w sobie odpowiedzi na trapiące człowieka problemy i zarazem ma wymiar terapeutyczny. Ten ostatni aspekt uwyrażnia się szczególnie w jego ostatnim dziele (obok *O zjawiskach natury* i dramatu *Octavia*) — *Listach moralnych do Lucyliusza*. Seneka pisze o leczeniu duszy. Lekarstwem na jej choroby ma być filozofia.

Wydaje się, że w związku z coraz większym zainteresowaniem i zapotrzebowaniem na terapię filozoficzną warto zbadać *Listy* jako traktat nie tylko moralny, ale właśnie terapeutyczny. Rozmowy Seneki i Lucyliusza stanowią zapis wspólnego ich dochodzenia do prawdy, mądrości i przyjaźni oraz terapii duszy. Są pięknym zapisem poszukiwania człowieczeństwa oraz leczenia duszy, poprzez odrzucenie tego wszystkiego, co jej nie służy. Seneka nie tylko

² Lucjusz Anneusz Seneka, *Listy moralne do Lucyliusza*, tłum. W. Kornatowski, Warszawa 2010 [na podstawie wydania PWN z 1961], dalej: *Epist.*, 110, 1.

³ *Epist.*, 113, 16.

daje wskazówki Lucyliuszowi, ale również sam leczy własną duszę, dokonuje samooczyszczenia. Czy zatem wsłuchując się w rozmowę Seneki i Lucyliusza nie możemy oczyścić swojej duszy?

Słowa kluczowe: Lucjusz Anneusz Seneka Młodszy, Lucyliusz Młodszy, Listy moralne do Lucyliusza, filozofia moralna, terapia filozoficzna.

1. Wprowadzenie: Seneki filozofia w *Listach moralnych do Lucyliusza* jako terapia — duchowe ćwiczenie, prowadzenie i leczenie duszy

Listy moralne do Lucyliusza powstają w latach 62–65, czyli Lucjusz Anneusz Seneka (*Minor*) pisze je przez trzy ostatnie lata swojego życia, które zakończy samobójczą śmiercią 19 kwietnia 65 roku⁴. Samobójstwo popełnia

⁴ Seneka Młodszy urodził się w 4 roku przed Chrystusem w hiszpańskiej Kordobie (rzymska Corduba). Był synem Seneki Starszego, zwanego Retorem; potomkiem starego ekwickiego rodu, spokrewnionego z arystokratyczną elitą ówczesnego Rzymu. Jego matka Helvia miała duży wpływ na jego wychowanie, chociaż przez dłuższy czas zajmowała się nim jej starsza siostra, która poślubiła Kajusza Galerio, późniejszego prefekta Egiptu (zob. *O pocieszeniu matki Helvii*, [w:] L. A. Seneka, *Dialogi*, tłum. L. Joakimowicz, Warszawa 1998, s. 405–446). Młody Seneka dość szybko opuścił rodzinną Kordobę, zamieszkując w Rzymie, a następnie w Egipcie. W roku śmierci Oktawiana Augusta (14 r. po Chr.) osiągnął pełnoletność. Był już wówczas człowiekiem wykształconym. Studiował retorykę i filozofię (pod kierunkiem pitagorejczyka Sotiona, stoika Attalosa i Papirusza Fabiunusa) oraz parał się okultyzmem, co miało spowodować u niego silny rozstrój nerwowy, który nieomal zakończył się jego samobójstwem. Seneka powstrzymał się od niego, mając na względzie swojego ojca i jego cierpienie po samobójczej śmierci syna (*Epis.* 78, 2). W roku 26, po odzyskaniu zdrowia, wyjechał do Egiptu, gdzie kontynuował studia z zakresu religioznawstwa (kultu religijnego) i geografii. Do Rzymu powrócił w roku 31. Prawdopodobnie w roku 34 otrzymał urząd kwestora, rozpoczynając karierę polityczną. Za rządów Tyberiusza (14–37 r.) został senatorem. Ostatnie lata jego panowania Seneka przeżył w atmosferze nieufności i lęku o własne życie. Stan ten nasilił się jeszcze bardziej za panowania Kaliguli (37–41 r.). Filozof cieszył się wówczas powszechnym uznaniem jako wybitny mówca i pisarz, co było powodem niechęci i być może zawiści nowego władcy. Kaligula miał porównywać jego oracje do wapna (wg relacji Swetoniusza, historyka nieprzychylnego władcy. Por. *Żywoty cesarów*, tłum. J. Niemirska-Pliszczyńska, Wrocław–Warszawa–Kraków–Gdańsk–Łódź 1987, s. 58). Seneka wycofał się z życia publicznego, rezygnując z zawodu adwokata, poświęcił się filozofii, nie ukrywając swojej urazy do syna Germanika. Jego pozycja na cesarskim dworze nie uległa

filozof na skutek wyroku cesarza Nerona — swojego ucznia i wychowanka. Te trzy lata były okresem, w którym Seneka Młodszy dokonywał oceny swojego życia w obliczu grożącego mu niebezpieczeństwa ze strony cesarza, zmęczony intrygami trzech poprzednich władców oraz własnymi moralnymi upadkami. Podsumowuje swoje życie, tak bogate w wzloty i upadki nie tylko polityczne, ale również moralne. Podobnie jak św. Paweł Apostoł w obliczu śmierci podejmuje się oceny swojego życia, pisząc drugi *List do Tymoteusza*, podczas drugiego pobytu w rzymskim więzieniu około roku 67⁵. W starożytności bowiem — w przeciwieństwie do współczesności — dopiero na starość ludzie próbowali odpowiedzieć sobie na pytanie, czy ich życie było szczęśliwe? Nie utożsamiano wówczas trwającego przez pewien czas zadowolenia czy sa-

polepszeniu za czasów panowania Klaudiusza (41–54 r.). Wówczas stoik został wygnany na Korsykę za cudzołóstwo z Julią Liwią — siostrą Kaliguli a siostrzenicą Klaudiusza. Na wygnaniu przebywał osiem lat, gdzie poświęcił się głównie pracy pisarskiej. Agrypina (z którą Seneka był w zażyłych stosunkach), po zaślubieniu Klaudiusza, uzyskała zgodę na jego powrót do stolicy imperium. Nadano mu wówczas godność pretora i powierzono wychowanie Nerona (panującego w latach 54–68). Jak sugeruje G. Reale, zadaniem Seneki nie było nauczanie Nerona filozofii, której Agrypina była niechętna, lecz retoryki i krasomówstwa. W roku 50. Neron został zaadoptowany przez Klaudiusza i wyznaczony na jego następcę. Seneka, wraz z Sekstusem Afraniszem Burrusem — prefektem pretorian, być może zaprzyjaźnionym z uczonym, stali się najbardziej wpływowymi „eminencjami” cesarstwa. Filozof zajmujący się edukacją Nerona pisze mu mowy i poświęca jego osobie dzieło *De clementia* (powstałe w roku 55; *O łagodności*, [w:] L. A. Seneka, *Myśli (Sententiae Selectae)*, wybór i tłum. S. Stabryła, Warszawa 2008, s. 213–229), w którym usprawiedliwia zamordowanie przez Nerona brata Brytanika (prawdopodobnie w lutym 55 r.). Być może pobłażliwie usprawiedliwiał także i zamordowanie Agrypiny (koniec marca 59 r.)? W roku 58 Seneka został oskarżony przez Suiliusza (który wcześniej był oskarżycielem w sprawie Julii Liwii) o zgromadzenia dużego majątku, liczącego trzysta milionów sesterców, życie w zbytku i lichwę. Wydaje się, że to oskarżenie nie było bezpodstawne. Tym razem sąd oczyszcza Senekę z zarzutów. Około roku 60. filozof traci wpływ na despotycznego Nerona usuwając się z dworu. Tymczasem Neron poślubia Poppeę (luty 62 r.). Seneka mógł dać moralne przyzwolenie na śmierć Oktawii, która została zamordowana w czerwcu tego samego roku. W 62 roku filozof usunął się z dworu cesarza. Trzy lata później otrzyma od niego wyrok śmierci i popełni samobójstwo.

⁵ Zob. 2 Tm 4, 7–8: „W dobrych zawodach wystąpiłem, bieg ukończyłem, wiary ustrzegłem. Na ostatek odłożono dla mnie wieniec sprawiedliwości [...]”. Zdaniem W. Chrostowskiego, powstał on nieco wcześniej w latach 61–62, kiedy Apostoł liczył 55 lat. Wieniec „sprawiedliwości” rodzi skojarzenie z wieńcem laurowym, który sportowcy otrzymywali za wygraną — pokonanie własnych słabości i przeciwników. Por. W. Chrostowski, *Między Synagogą a Kościołem. Dzieje św. Pawła*, Kraków–Ząbki 2015, s. 476–477.

tysfakcji ze szczęściem. Samo szczęście postrzegano przez pryzmat moralnych dokonań i *areté*, a nie uczuć i przyjemności⁶.

Życie Seneki jest przykładem zmiennego losu, intryg i koterii, jakie miały miejsce na cesarskim dworze za panowania czterech cesarzy: Tyberiusza, Kaliguli, Klaudiusza i Nerona. Oskarżano go o rozwiązłość i cudzołóstwo⁷, nieuczciwe wzbogacenie się, a nawet o lichwę⁸. Nie można wykluczyć, że w imię „mniejszego zła” filozof zaakceptował wyrok śmierci Oktawii, żony Nerona, wydany przez jej męża, czego nie można usprawiedliwić z moralnego punktu widzenia. Przypadek Seneki jest bardziej psychologicznie i moralnie skomplikowany niż losy Petroniusza, ożywione w Sienkiewiczowskim *Quo vadis*. Życie arystokraty powiązanego z dworem nie tylko było związane z przywilejami, ale również z lękiem o własne życie, rodzinę i stan posiadania oraz ewentualnymi moralnymi kompromisami, polegającymi na akceptacji zła.

⁶ Szerzej omawia ten problem Władysław Tatarkiewicz w swoim traktacie *O szczęściu* (Warszawa 1965).

⁷ Stanisław Stabryła pisze nawet o Seneki „pederastycznych skłonnościach, którymi rzekomo miał nawet zarazić młodego Nerona”. Por. *Przedmowa*, [w:] L. A. Seneka, *Myśli*, dz. cyt., s. 10.

⁸ Seneka mógł przyjmować łapówki od arystokratów, skazywanych przez Nerona na śmierć w zamian za protekcję u cesarza. Ponadto miał pożyczać duże sumy na wysoki procent, trudniąc się lichwą. W *De vita beata* (*O życiu szczęśliwym*, [w:] L. A. Seneka, *Dialogi*, dz. cyt., s. 157–202) podejmuje się swojej obrony, argumentując, że filozof może posiadać majątek, nie musi być osobą ubogą. Filozof jako zaufany Nerona w przeciągu czterech lat miał zgromadzić majątek, liczący 300 000 000 sesterców. Należy dodać, że suma ta to 3 milionów aureusów (jeden aureus to 100 sesterców). Aureus ważył 7,78 lub 7,79 g złota (Neron zubożył monetę do 7,28 g tego kruszcu). Zatem ów majątek Seneki można oszacować na 21 840 kg złota, czyli 5 606 000 400 zł (kurs z dn. 9.06.2022). Oczywiście moc nabywczą pieniądza w czasach Seneki była zupełnie inna niż obecnie. Na podstawie opracowania z Muzeum Archeologicznego Quintana w Künzing, leżącego na rzymskim *limes*, szacuje się, że w I w. po Chr. koszty utrzymania wynosiły: pięć kg chleba — 1 sestercja; posiłek — 2 sestercje; wół — 800; zbroja wraz z odzieżą legionisty — 220; kamienny nagrobek — 12 tys.; dom — 130 tys. sesterców. Roczne zarobki szacuje się następująco: robotnik — 1500; początkujący legionista, służący w oddziałach pomocniczych — 1000; oficer legionista — 40 tys.; urzędnik — 200 tys.; senator — milion sesterców (por. E. Bayer-Niemeier, *Museum Quintana — Lehrerhandreichung Römerabteilung. Archäologie in Künzing*, Straubing 2007, s. 20). Biorąc pod uwagę siłę nabywczą ówczesnej waluty w stosunku do obecnej, suma ta wydaje się relatywnie bardzo duża, tym bardziej że Seneka w swoich pracach piętnuje nadmierne bogacenie się. Ocenę moralną tego fakty może łagodzić sugestia Stanisława Stabryły, że znaczą część majątku filozofa została wykorzystana do odbudowy Rzymu po jego pożarze w roku 64 (por. *Przedmowa*, dz. cyt., s. 10).

Już starożytni historycy spierali się, na ile Seneka był uwikłany w pałacowe intrygi, a na ile nie miał na niego wpływu, będąc jedynie biernym obserwatorem. Jak bardzo skomplikowana jest ocena osoby filozofa, świadczy fakt, że sami Rzymianie żyjący w I i II wieku nie postrzegali Seneki jednoznacznie (Kasjusz Dion, Tacyt, Swetoniusz, Fronton, Aulus Gelliusz, Kwintylian). Ich opinie na temat Seneki ewaluowały od uwielbienia do wzgardy⁹. Zastanawia, dlaczego Seneki nie cytuje Marek Aureliusz w swoich *Rozmyślaniach*? Czy jest to wyraz dezaprobaty dla życia wychowawcy Nerona?

To właśnie lęk, porażki i sukcesy stanowią tło jego bogatej twórczości, szczególnie, jak wydaje się, *Listów*, zamykających jego życie. To w nich odnajdujemy najbardziej szczerzy obraz samego Seneki, opisującego swoje moralne rozterki i wątpliwości. Można je oddać słowami jego samego: *errare humanum est* — błędzić jest [rzeczą] ludzką. *Listy* są formą „spowiedzi” filozofa, który zgodnie ze wskazaniem Marka Tulliusza Cyncerona a może jeszcze bardziej pitagorejczyka Kwintusa Sekstiusa dokonuje własnego rachunku sumienia¹⁰. Seneki „spowiedź” ma charakter terapeutyczny i zarazem paidetyczny — wychowawczy, przestrzegający młodszego Lucyliusza przed własnymi błędami, których nie należy powtórzać. Lepiej jest bowiem uczyć się na cudzych błędach niż na własnych, jak głosi przysłowie. Poradnictwo Seneki ma elitarny charakter. Przestrzega w nim filozof przed rozwiązaniami konformistycznymi i schlebiającymi upodobaniami tzw. pospółstwa¹¹.

Rzymski stoik poszukuje w niej swojego człowieczeństwa, a nie tylko rozgrzeszenia. Jak podkreśla Fryderyk Copleston, Seneka był oskarżany o niekonsekwencje i hipokryzję. Uświadomił sobie, na czym polega iluzoryczność władzy, bogactwa, rozkoszy. Brytyjski historyk filozofii pisze, że życie Seneki to także upadki moralne, że „[...] jego znajomość siły pokusy i upadku, do których może doprowadzić chciwość, ambicja i żądza — w pewnym stopniu być może płynęła z osobistego doświadczenia, lecz daleko bardziej z obserwacji

⁹ J. Pigoń, *Od uwielbienia do wzgardy: Seneka w oczach Rzymian (do połowy II wieku)*, „Meander” 64–67 (2009–2012), s. 83–100.

¹⁰ Por. Lucjusz Anneusz Seneka, *O gniewie*, [w:] *Dialogi*, dz. cyt., III, 36 (s. 342–343); *Epist.*, 97. Por. również G. Reale, *Historia filozofii starożytnej*, t. 4, tłum. E. I. Zieliński, Lublin 1999, s. 109–110.

¹¹ *Epist.*, 94, 52.

innych — użycza mocy jego pióra i jego moralnym napomnieniom. Niezależnie od wszelkiej retoryki, Seneka wiedział, o czym mówi”¹².

Celem niniejszego artykułu jest przeanalizowanie *Listów moralnych* nie tylko jako traktatu moralnego (fragmentami może nawet moralizatorskiego) i pedagogicznego (*paideia*)¹³, ale właśnie jako terapeutycznego w rozumieniu terapii filozoficznej, wypracowanej przez starożytnych filozofów i autorów współczesnych.

Chciałbym pokazać, że ich lektura leczy duszę, zgodnie z założeniami stoicyzmu i epikureizmu. Sam Seneka oraz Epikur¹⁴ i Epiktet¹⁵ uznali bowiem, że celem filozofii jest przede wszystkim uleczenie duszy człowieka. Prześledzenie własnych i cudzych błędów¹⁶ pozwala na poznanie samego siebie (*gnothi se auton*) i w konsekwencji prowadzi do przemiany moralnej, zmiany sposobu myślenia i postępowania (*metanoia*) oraz panowania nad sobą i niezależności (*autarkia*), czyli stoickiego ideału mędrca, zaczerpniętego jeszcze z filozofii moralnej Sokratesa¹⁷.

Pomimo licznych przyczynków na temat terapeutycznego znaczenia *Listów*, które znajdujemy u różnych autorów, wydaje się, że nie doczekały się one całościowego opracowania jako traktat z zakresu terapii filozoficznej. Wyjątek stanowi monografia Giovanni Realego *La filosofia di Seneca com terapia dei mali dell'anima*, do której odnoszę się w niniejszym tekście. Niebywałą zasługą tego autora jest przedstawienie filozofii i terapii Seneki w szerszym aspekcie

¹² F. Copleston, *Historia filozofii*, t. 1, *Grecja i Rzym*, tłum. H. Bednarek, Warszawa 1998, s. 484.

¹³ Zob. I. Błaszczuk, *Lucjusz Anneusz Seneka — mistrz słowa, nauczyciel życia przyszłych pokoleń*, „Roczniki Pedagogiczne” t. 8/44, nr 1 (2016), s. 78–104; także, *Seneka o wychowaniu w rodzinie rzymskiej*, Bydgoszcz 2003; J. Kurek, *Paideia rzymska. Model formowania człowieka w myśli Seneki, Epikteta i Marka Aureliusza*, Warszawa 2016; S. Sztobryn, *Stoicka refleksja nad wychowaniem. Zarys problematyki*, [w:] *Pedagogika i edukacja wobec nowych wspólnot i różnic w jednoczącej się Europie*, red. E. Malecka, B. Śliwerski, Kraków 2002, s. 591–609.

¹⁴ „Filozofia, która nie leczy ran duszy, nie jest filozofią”. Cytat ten, według Voelke, brzmi: „dla epikurejczyków filozofia posiada funkcje terapeutyczne i ta funkcja jest najważniejsza. Filozofia, która nie leczy dusz, jest bowiem filozofią fałszywą, a dokładnie mówiąc »pustą«. A. J. Voelke, *La philosophie comme thérapie de l'âme*, Fribourg 1993, s. 36.

¹⁵ „Czyż jest wywód filozofa, jeżeli się nie przyczynia do uleczenia choroby duszy”. Epiktet, *Diatryby*, tłum. L. Joachimowicz, Warszawa 1961, III, 21, 4–6.

¹⁶ „Zresztą przyznam się nie tylko po to, byś sam odniósł korzyści, lecz też żebyś był pożyteczny dla mnie. Albowiem bardzo wiele pomożemy sobie nawzajem”. *Epist.*, 6, 7.

¹⁷ M. Krasnodębski, *Zarys dziejów ateńskiej historii wychowania. Paideia od Sokratesa do Zenona*, Warszawa 2011.

filozoficznym, do którego należy także filozofia platońska i medioplatońska, szczególnie Filon z Aleksandrii. Włoski historyk filozofii postuluje podjęcie badań dotyczących wpływu Filona na Senekę, pisząc, że możliwy był nawet bezpośredni kontakt tych uczonych. Jego zdaniem, nie spotkali się oni podczas pobytu Seneki w Aleksandrii, ale w Rzymie, w którym przebywali w tym samym czasie przez około półtora roku¹⁸. Reale określa filozofię Seneki mianem neo stoicyzmu¹⁹. Pomimo ewidentnej wartości jego pracy, chyba nie uwyrażnia on niekonsekwencji filozofa z Kordoby na płaszczyźnie jego rozumienia natury człowieka i nie wskazuje na filozoficzne problemy z tym związane...

2. Listy — rzeczywista czy fikcyjna korespondencja?

Listy moralne składają się z 124 pism ułożonych w dwudziestu księgach oraz fragmentu księgi dwudziestej drugiej. Ich adresatem jest Lucyliusz. Nie był on postacią wymagowaną, lecz autentyczną — rzymskim urzędnikiem, przeciwko któremu toczyło się postępowanie sądowe²⁰. Lucyliusz Młodszy był prokonsulem w Alpach, Epirze, Macedonii i Afryce. W latach 63–64 był zarządcą Sycylii, autorem utworu literackiego *Etna*. Pisał utwory literackie o tematyce filozoficznej²¹.

Jak zauważa Leon Joachimowicz: „Gelliusz (Noct. Att. XII 2) przytacza literackie poglądy Seneki z księgi dwudziestej drugiej, stąd wniossek, że pierwotnie zbiór ten musiał być bardziej obszerny. Jest rzeczą bardzo możliwą, że pierwszy załączek obszernej kolekcji stanowiły rzeczywiste listy do Lucyliusza, w prawdziwym tego słowa znaczeniu, jakich najlepsze wzory przekazała nam starożytność, a dopiero z biegiem czasu wokół tego trzonu narastała kolekcja fikcyjnych odpowiedzi na fikcyjne pytania. Na fikcyjny charakter korespondencji zdaje się wskazywać ta okoliczność, że brak w niej informacji, jakie spotyka się w listach rzeczywistych, a obfituje w nie wcale nie tak odległą w czasie korespondencja Cyserona i Pliniusza Młodszeo. Ponadto, każdy prawie list jest rozwinięciem

¹⁸ G. Reale, *La filosofia di Seneca com terapia dei mali dell'anima*, Milano 2008 (VI edizione), s. 163–164.

¹⁹ Tamże, s. 18, 112, 164–166,

²⁰ *Epist.*, 24.

²¹ L. Delatte, *Lucilius, l'ami de Sénèque*, „Études classiques” 4/1935, s. 367–385, 546–590; A. Guillemin, *Sénèque, directeur d'âmes*, „Revue des études latines”, 30/1952, s. 202–219; 31/1953, s. 215–234; 32/1954, s. 250–274.

jakiejś jednej tezy moralnej, jest rodzajem kazania czy egzorty, i nie tylko swą treścią i jej układem, lecz także objętością stanowi osobne i zamknięte w sobie studium na dobrany temat filozoficzny, przebrany w formę listu do przyjaciela, bardzo zresztą dobrze dobraną, ponieważ pozwala tym na swobodniejsze i bezpośrednie wypowiedzenie filozoficznych poglądów, a jednocześnie na prawdziwsze i barwniejsze zobrazowanie nastrojów autora i jego stosunku do świata. W sumie jest to jeden wielki podręcznik etyki. Że zbiór ten był przeznaczony do publikacji, o tym zapewnia Seneka w liście 21, dając wyraźnie do zrozumienia, że i sam przez to zdobędzie sławę, i imię przyjaciela rozśławi u potomności [...]. Seneka miał jednak przy tym na oku nie tylko dobro własne i przyjaciela, ale myślą ogarniał szersze horyzonty, chciał tą drogą służyć nauką i radą nie tylko ludziom współczesnym, lecz także potomnym. [...] Powstałe w ostatnich latach życia listy Seneki nacechowane są majestatyczną potęgą i dojrzałością, zawierają bogactwo i głębie myśli — owoc długoletnich doświadczeń i przemyśleń. Są najdoskonalszym dziełem i ukoronowaniem jego filozoficznych nauk. One zjednały Senece największe uznanie i nieśmiertelność imienia. Z nimi powszechnie kojarzy się w naszym umyśle jego postać. Przez długie stulecia są listy księgą mądrości życia, przepojoną gorącym entuzjazmem dla szlachetnych i wzniosłych idei moralnej wielkości i piękna, ich zaś autor — przyjacielem, doradcą i wychowawcą człowieka”²². Joachimowicz stoi na stanowisku, że pierwsze listy stanowiły faktyczną korespondencję, późniejsze zaś były raczej „wykładami” Seneki. Jego zdaniem, za tym rozumowaniem przemawia struktura i objętość listów, które początkowo są krótkie i bardziej dynamiczne, jak przystało na listy przyjaciół, następnie zaś stają się rozbudowanymi wypowiedziami dotyczącymi filozofii, etyki a nawet siedmiu sztuk wyzwolonych²³.

Przeciwnie, historyk Pierre Grimal utrzymuje, że korespondencja powstawała cyklicznie, opracowuje też jej przypuszczalną chronologię²⁴. Przyjmuje, że *Listy* stanowią „coś w rodzaju dziennika filozofa”, a „porządek, w jakim listy zostały opublikowane, musiał być tym, w jakim powstawały”. Zatem ich układ to porządek chronologiczny, a nie logiczny. Przypuszcza on, że czas dostarczenia listu (lub listów, gdyż nie jest wykluczone, że Seneka wysyłał ich kilka na raz²⁵)

²² L. Joachimowicz, *Seneka*, [w:] Lucjusz Anneusz Seneka, *Dialogi*, dz. cyt., s. 71–73.

²³ *Epist.*, 88.

²⁴ P. Grimal, *Seneka*, tłum. J. R. Kaczyński, Warszawa 1994, s. 153–162, 377–386.

²⁵ *Epist.*, 19, 1; 117, 1.

drogą morską, będącą najszybszą w miesiącach letnich, z Rzymu do Syrakuz i z powrotem mógł trwać około 7 dni. W miesiącach zimowych, kiedy przemieszczano się drogą lądową — 15 dni. Średnio więc to 11 dni, co daje 1364 dni (dla 124 listów), czyli trzy lata i dziewięć miesięcy. Dystans pomiędzy tymi miastami wynosi blisko 900 km. Należy jednak wziąć pod uwagę, że zarówno Seneka, jak i Lucyliusz przemieszczali się po Italii, a zatem dystans pomiędzy nimi się zmniejszał. Ponadto nie można wykluczyć, że niekiedy Seneka nie czekał na powrót posłańca i pisał kolejny list, nie mając jeszcze odpowiedzi od adresata (np. listy od 72 do 75).

W korespondencji Seneka odnotowuje wiele wydarzeń, co potwierdza stanowisko Grimala, np.:

- pożary Rzymu i Lyonu, listy 86 i 91 — 18–27 lipca 64 r. i początek sierpnia 64 r.;
- zaraza („gorączka”) w Rzymie, list 104 — połowa września 64 r.;
- niebezpieczeństwo procesu Lucyliusza, list 24 — luty 63 r.;
- przybycie floty Aleksandryjskiej, zasilającej Italię w zboże, list 77 — ok. 15 kwietnia 64 r.;
- igrzyska (*Ludi Victoriae Caesaris*) oraz święta (*Saturnalia*), listy 7 i 18 — 20–30 lipca 62 r. i 17 grudnia 62 r.;
- pobyt Seneki w Kampanii, Pompejach i Neapolu, listy 49, 70, 76 — po kwietniu 64.;
- zmiany pór roku i związane z tym zjawiska przyrodnicze (uschnięte platany, początek wiosny, wzburzone morze, błota w Neapolu, dojrzałe winogrona, krótsze dni, listy: 12, 23, 57, 104, 122) — od października 62 do początku listopada 64 r.

Czy 124 listy, którymi obecnie dysponujemy, stanowią całą korespondencję? Raczej nie. Najprawdopodobniej *Listy moralne* zostały opublikowane jeszcze za życia i być może przez niego ocenzone, co jest zrozumiałe w związku z pozycją Seneki na dworze Nerona i, jak możemy się domyślić, problemami procesowymi Lucyliusza. Przywołane w korespondencji wydarzenia, stanowią jej tło, nie są wymyślone lub celowo przywołane „dla potrzeb sprawy, co wyjaśnia w części brak harmonii pomiędzy listami, które zawsze zależą w jakimś stopniu od służących celom Seneki przypadkowym wydarzeniom. Czy można na serio przypuszczać, że Seneka wymyślił sobie przybycie filozofa Serapiona do miasta, w którym przebywa Lucyliusz (list 40), wykład, który tam wygłosił,

i cechy jego wymowy? Podobnie, kiedy Seneka czyni aluzje do śmierci któregoś ze swoich przyjaciół lub też do pożaru Lyonu, to nie stwarza przecież faktów, lecz się im podporządkowuje²⁶. Grimal przekonuje, że w zbiorze listów nie ma falsyfikatów oraz że nie wszystkie listy zostały w nim zamieszczone.

Zatem wszystkie listy Seneki są autentyczne. Prawdopodobnie zostały usunięte listy z lata 62 (co może wyjaśniać, dlaczego nie ma wzmianki o trzęsieniu ziemi w Pompejach) i poszczególne z roku 63 i lata 64 (wówczas Neron spalił Rzym). W ten sposób można wytłumaczyć przemilczenia i pominięcia pewnych historycznych wydarzeń.

Seneka nie tylko przekazuje adresatowi listów pewne wskazówki, ale Lucyliusz odnosi się do nich, co również zostało odnotowane w odpowiedziach, tj. kolejnych listach filozofa. Wyraźnie mamy do czynienia z żywą i autentyczną wymianą korespondencji. Lucyliusz polemizuje z Seneką, niekiedy nawet wskazując, że jego rady nie są zgodne z duchem filozofii stoickiej, której filozof jest przecież przedstawicielem. Dlatego Pierre Grimal pisze, że korespondencja „nie jest [...] wbrew pozorom jedynie lekcją udzieloną przez nauczyciela uczniowi, ale także drogą rozwoju mędrca. Jest w tym samym stopniu wewnętrznym dialogiem Seneki, co dialogiem prowadzonym z Lucyliuszem”²⁷. Seneka pisze do Lucyliusza: „Ależ jak pragnę wszystko ci przekazać i cieszę się, że w dziedzinie niniejszej uczę się czegoś właśnie po to, by nauczać innych”²⁸. Jest to właśnie terapia filozoficzna.

3. Filozofia jako lekarstwo duszy **— kształtowanie się problematyki**

Nie tylko filozofia stoicka i epikurejska posiadają walory terapeutyczne²⁹. O ich zastosowaniu na tym polu napisano wiele prac, wskazując, że starożytna filozofia praktyczna posiadała także wymiar ćwiczenia duchowego (*askesis*),

²⁶ P. Grimal, *Seneka*, dz. cyt., s. 378.

²⁷ Tamże, s. 160.

²⁸ *Epist.*, 6, 4.

²⁹ Można wymienić tu m.in. dialog *Zopyros Fedona*, *Diatryby* i *Encheiridion* Epikteta, *Rozmyślenia* Marka Aureliusza oraz *O pocieszeniach filozofii* Boecjusza.

czyli duchowej terapii, o czym pisze Pierre Hadot³⁰. Z kolei Ilsetraut Hadot wskazuje, że dzieło Seneki posiada wyjątkowe znaczenie i nieocenioną wartość terapeutyczną, będąc prowadzeniem duszy (*die Seelenleitung*) i jej leczeniem (*die Seeleheilung*). Prowadzenie i leczenie duszy³¹, o których pisze Seneka, zdaniem I. Hadot, polega na skonfrontowaniu człowieka z pytaniami i problemami egzystencjalnymi, przed którymi wciąż on stoi, czyli na wewnętrznym dialogu, który człowiek prowadzi z własną duszą. Dialog ów ma charakter terapeutyczny. Leczy i prowadzi człowieka do szczęścia, poprzez odkrywanie prawdy o świecie i nim samym, umożliwia „poznanie samego siebie”. A czy szczęście nie polega właśnie na odrzuceniu tego wszystkiego, co wewnętrznym zniewala człowieka i jest źródłem jego wad?

W hellenistycznym i rzymskim świecie przygasły osiągnięcia umysłowe Akademii Platona i Licejonu Arystotelesa, filozofia ewoluowała w kierunku filozofii praktycznej, zainspirowana sokratejską sztuką życia, poszukującą odpowiedzi na pytanie: Jak żyć? Filozofia hellenistyczna i rzymska powstała na gruncie odpowiedzi na to pytanie, miała charakter synkretyczny i praktyczny. Podejmie również próbę skonfrontowania poszukującego człowieka z problematyką śmierci i umierania. Prymarnym zadaniem człowieka jest „poznanie samego siebie”, opanowanie własnych pożądań i namiętności, rozmowa „ze sobą samym”³² oraz przygotowanie się do śmierci (*meditatio mortis*), odrzucenie złudnych pożądań i namiętności, pogodzenie się z losem, a nawet zmierzenie się z życiowymi przeciwnościami oraz cierpieniem i lękiem.

Ma ona charakter duchowej terapii, ćwiczenia duchowego, na co dopiero w wieku XX zwrócił uwagę francuski filolog Pierre Hadot. Zapoczątkowana przez Hadota i innych badaczy idea filozofii hellenistycznej i rzymskiej jako duchowego ćwiczenia i terapii znajdzie naśladowców i zwolenników w Europie zachodniej³³ i w USA. Na początku lat 80. Gerd B. Achenbach w Niemczech po-

³⁰ P. Hadot, *Filozofia jako ćwiczenie duchowe*, tłum. P. Domański, Warszawa 1992; tenże, *Czym jest filozofia starożytna?*, tłum. P. Domański, Warszawa 2001; tenże, *Twierdza wewnętrzna. Wprowadzenie do „Rozmyślań” Marka Aureliusza*, tłum. P. Domański, Kęty 2004.

³¹ I. Hadot, *Seneca und die griechisch-römische Tradition der Seelenleitung*, Berlin 1969, s. 7–8 i 97–178.

³² P. Hadot, *Filozofia jako ćwiczenie duchowe*, dz.cyt., s. 30–41.

³³ Filozoficzny *coaching* w wersji stoickiej cieszy się stosunkowo dużym zainteresowaniem. Wśród najnowszych niemieckich publikacji (w tym tłumaczeń na język niemiecki) można wymienić: M. J. van Natta, *Stoizismus. Das besondere Buch für den Angehenden Stoiker*; J. Salzgeber, *Das kleine Hadbuch des Stoizismus. Zeitlose Betrachtungen, um Stärke, Selbstvertrauen und Ruhe zu erlangen*;

wołuje sformalizowaną instytucję, zajmującą się terapią filozoficzną *Gesellschaft für Philosophische Praxis* (GPP)³⁴. Wspomniany Giovanni Reale jest również autorem pracy poświęconej terapii filozoficznej³⁵. Należy jeszcze wspomnieć o dorobku André-Jean'a Voelke, który również ma duże osiągnięcia na polu badań antycznej terapii filozoficznej³⁶.

W ostatnich latach zainteresowanie terapią filozoficzną można zaobserwować w Europie środkowej, np. na Słowacji (Wydział Filozofii Uniwersytetu w Trnawie³⁷). W Polsce (poza aktywnymi środowiskami Uniwersytetu Opolskiego i Uniwersytetu Śląskiego) jednym z liderów terapii filozoficznej jest dr filozofii (absolwentka UKSW) i filmowiec Urszula Wolska³⁸ — autorka licznych i nowotarskich prac z tej dziedziny oraz twórczyni Gabinetu Terapii Filozoficznej w Warszawie³⁹. Wyjątkowość propozycji Wolskiej polega na tym, że czerpie ona z filozofii realistycznej i klasycznej, krytycznie odnosząc się do niektórych nurtów filozofii współczesnej, w tym do postmodernizmu, materializmu, marksizmu kulturowego i naturalizmu. Idea terapii filozoficznej cieszy się zainteresowaniem nie tylko wśród akademików, ale także twórczych nauczycieli szkół średnich, przykładem czego jest mgr Aneta Szlama — na-

D. Robertson, *Stoizismus und die Kunst, Glücklich zu sein. Alte Weisheiten für moderne Herausforderungen*, tłum. K. Brömer, München 2020; N. Lahmer, *Der echte heisse Scheiss von Seneca. Was man Ihnen über Erfolg, Glück und Ruhe verschweigt* oraz nowe przekłady Marka Aureliusza i Epikteta — *Mark Aurel, Selbst — Betrachtungen in einer neuübersetzung von G. Hays; Mark Aurel, Selbst — Betrachtungen. Die Kommentierte Edition von R. Waterfield; Epiktet, Über die Kunst der inneren Freiheit. Alte Weisheiten für ein Leben nach der Stoa*, red. A. A. Long.

³⁴ <https://www.g-pp.de/de/index.asp> [dostęp z dn. 6.08.2022].

³⁵ G. Reale, *Saggezza antica. Terapia per i mali dell'nono d'oggi*, Milano 1993. W pracy tej autor, podobnie jak U. Wolska, dokonuje diagnozy kultury współczesnej, wskazując na zagrożenia, które z niej płyną dla tożsamości i integralnego rozwoju człowieka.

³⁶ Voelke A. J., *La philosophie comme thérapie de l'âme*, dz. cyt. 70–71.

³⁷ *Filozofia jako terapia. Dejinné koncepty* (Acta Philosophica Tyrnaviensia, t. 16), red. naukowa A. Démuth, R. A. Slavkovský, Trnava 2009.

³⁸ Zob. U. Wolska, *Człowiek rzecz czy osoba? Filozoficzne ujęcie człowieka jako osoby terapią dla zagubionych w płynnej ponowoczesności*, Warszawa–Radzymin 2017, także, *Terapia filozoficzna. Od umiłowania mądrości do dobrego i spełnionego życia*, t. 1–4, Warszawa 2019–2020; M. Krasnodębski, *Terapia filozoficzna w teorii i praktyce Urszuli Wolskiej*, „Paideia” 2/2020, s. 195–210.

³⁹ <http://gabinetfilozoficzny.com> [dostęp z dn. 11.06.2022].

uczycielka etyki w Społecznej Szkole Podstawowej im. Rady Europy w Lubinie i autorka książki o terapii filozoficznej u Marka Aureliusza i Epikteta⁴⁰.

3. *Areté* jako lekarstwo duszy

Omnis vita supplicium est — całe życie jest jedną męką, jak pisze Seneka⁴¹. Filozofia zatem staje się praktyczną dyscypliną (*praxis*), leczącą duszę człowieka. Kluczem zaś do terapii jest aretologia. Starożytni (już od Homera) studiując aretologię wypracowali katalog sprawności i cnót oraz wad i ułomności, które zasadniczo można zestawić w odpowiadające sobie przeciwności. Poznanie ich pozwala właśnie na leczenie duszy, które polega na wypracowaniu pierwszych i wyeliminowaniu wad i ułomności z życia człowieka.

Stefan Kunowski podkreśla rolę spotkania (*die Begegnung*) w życiu człowieka. Spotkanie z drugim człowiekiem, determinuje bowiem ludzki los. Tak właśnie było i w przypadku Sokratesa. W świątyni Apollina w Delfach — będącej jednym z najważniejszych ośrodków sakralnych starożytnego świata — Sokrates odkrył napis na jej architrawie, głoszący, że ma poznać samego siebie. Miał również usłyszeć od Chajrefona, że według wieszczki Pytii, jest najmądrzejszym z Greków i wobec tego winien nauczać innych, zająć się ich „duszpasterstwem”, czyli ich rozwojem duchowym, pielęgnać ich dusz. W ten sposób został ojcem europejskiej etyki oraz pedagogiki (metoda majeutyczna i elenktyczna). Celem Sokratesa jest wykształcenie i uprawa duszy, odkrycie w niej „uśpionego dobra — cnoty”. Istotą sokratejskiej „służby bożej” jest osiągnięcie duchowej sprawności przez człowieka. Cnotę, według Sokratesa, należy odkryć, gdyż jest ona wrodzona i ma charakter intelektualny. Twierdzi, że wystarczy wiedzieć, czym, coś jest, by właściwie postępować (intelektualizm moralny). Wiedza jest przeciwieństwem ignorancji, której należy unikać.

W ten oto sposób Ateńczyk dokonuje przewrotu w tradycyjnej skali wartości. Tradycyjne wartości greckie wiązały się bowiem głównie z ciałem. Zaliczano do nich: życie, zdrowie, tężyznę fizyczną, piękno fizyczne, a także dobra zewnętrzne, jak: bogactwo, sława, władza i inne. Tymczasem wyraźne przyznanie

⁴⁰ A. Szlama, *Terapeutyczne aspekty filozofii stoickiej w „Rozmyślniach” Marka Aureliusza i „Diatrybach” Epikteta z Hierapolis*, Warszawa 2021.

⁴¹ *O pocieszeniu do Polibiusza*, [w:] L. A. Seneka, *Myśli (Sententiae Selectae)*, dz. cyt. 9,6.

duszy hierarchicznej wyższości w stosunku do ciała oraz utożsamienie „prawdziwego człowieka” z duszą, a nie z ciałem, wiązało się z zaproponowaniem nowej hierarchii dóbr (lub mówiąc językiem I. Kanta — hierarchii wartości), w której najważniejsze są wartości duchowe i intelektualne (moralne). Szczególnie cenna jest wiedza, gdyż ona obejmuje i łączy w sobie poniekąd wszystkie inne wartości⁴². Największym dobrem człowieka jest „panowanie nad sobą” (*enkrateia*)⁴³. *Enkrateia* to „panowanie nad sobą” w stanach przyjemności i bólu, w trudnościach, w naporze impulsów i namiętności. Jest to zatem panowaniem nad „zwierzęcą” naturą człowieka⁴⁴. Stanowi to istotę wolności człowieka — *eleutheria*. Człowiek ją posiadający panuje nad własnym ciałem i instynktami⁴⁵. Wolność bowiem ujmowana przez Greków nie polegała na tym, że człowiek może robić, co mu się podoba, ale przeciwnie, na wyborze dobra i prawdy. Ludzka wolność nie wyraża się bowiem w wyborze zła. Z terminów: *enkrateia* i *eleutheria* Sokrates wyprowadza pojęcie *autarkii*⁴⁶, czyli autonomii cnoty i człowieka cnotliwego. Pojęcie *autarkii* charakteryzują dwa aspekty: niezależność w stosunku do potrzeb i podnieć fizycznych, dzięki kontroli ze strony rozumu (*psyche*) i to, że sam rozum wystarcza do osiągnięcia szczęścia. Stanie się ono zadaniem mędrca — filozofa. „Panowanie nad sobą” nie jest oddzielną cnotą, ale podstawą wszelkich cnót. Posiadający je człowiek, posiada wewnętrzne prawo, *daimonion*⁴⁷, umiar i stałość. Nabycie tych cech wymaga wyrzeczenia i trudu, ponieważ „[...] bogowie nie udzielają śmiertelnym prawdziwych dóbr bez trudu i uczciwego wysiłku”⁴⁸. Sokratesa należy uznać nie tylko za ojca normatywnej etyki, ale także jednego z pierwszych terapeutów duszy, chociaż odkrycie duszy i *areté* jest o wiele wcześniejsze (Homer, orfizm).

⁴² Platon, *Eutydem*, tłum. W. Witwicki, Warszawa 1993, 281 d–e.

⁴³ G. Reale, *Słownik oraz skorowidz*, [w:] *Historia filozofii starożytnej*, t. 5, tłum. E. I. Zieliński, Lublin 2002, s. 72; *Epist.*, 18, 14; 20, 1–2; 38, 5 i inne.

⁴⁴ W mitologii greckiej cechy te uosabia między innymi Herkules, który po zabójstwie swojej rodziny podjął się słynnych dwunastu prac. Wykonanie tych zadań miało charakter pokuty. „Pokuta” miała na celu poskromienie i wyleczenie jego „zwierzęcej” natury. Por. Z. Kubiak, *Mitologia Greków i Rzymian*, Kraków 2013, s. 525–527, 529–558.

⁴⁵ Platon, *Gorgiasz*, tłum. P. Siwek, Warszawa 1991, 491 a–b.

⁴⁶ G. Reale, *Słownik oraz skorowidz*, dz. cyt., s. 37.

⁴⁷ Tamże, s. 50.

⁴⁸ W. Jaeger, *Paideia*, tłum. M. Plezia, t. 2., Warszawa 1964, s. 101–102.

Z kolei Platon w swoim *Państwie* „panowanie nad sobą” utożsamia ze sprawiedliwością, którą rozumie jako zgodność czynów człowieka z prawem, jakie odnajduje on sam w sobie⁴⁹. *Areté* nabiera u niego wymiaru prawniczego. Człowiek winien podporządkować się — zgodnie z mitem o synach ziemi — zdeeterminowanej i hierarchicznej wizji duszy. Platon przyjmuje, że w ludzkich duszach znajdują się różne domieszki: złoto, srebro lub żelazo⁵⁰, determinujące funkcje osób w idealnym państwie. Dusze władców-filozofów zawierają złoto i ich celem jest roztropność, wojowników — srebro i stąd winny być mężne, wytwórców — żelazo. Ich cechą jest umiarkowanie. Cnotą wspólną dla wszystkich dusz jest sprawiedliwość, gdyż bez niej, zdaniem Platona, nie ma państwa. Sprawiedliwość jest najważniejszą z cnot — fundamentem *polis*⁵¹. Zadaniem każdej z grup jest wykonywanie tego, co im powierzone. Jest to w pewnym sensie podział kastowy, zakładający podporządkowanie i posłuszeństwo jego członków w hierarchicznej drabinie społecznej.

U Arystotelesa cnota nie jest wrodzona, lecz wypracowana przez człowieka. *Areté* (sprawność, dzielność moralna, trwała dyspozycja, cnota) jest dobrem moralnym, które wypracowuje człowiek powtarzając dobre działania. Osiąga zatem moralne mistrzostwo stając się mądrym, roztropnym, sprawiedliwym, mężnym, umiarkowanym. Arystotelesowska *areté* posiada zarówno intelektualne, jak i moralne znaczenie. W zależności od nabytych sprawności (dobrych lub złych, czyli wad) człowiek jest przewidywalny w swoich działaniach. Cnoty etyczne odpowiadają, zdaniem Arystotelesa, za ukształtowanie charakteru, zaś sprawności intelektualne pełnią zadanie przewodnika, który ma na celu wyznaczenie właściwej drogi. *Areté* stanowi skutek trudnej uprawy człowieka, jest „szkołą” kształtowania charakteru i wielkoduszności, którą człowiek wypracowuje w relacjach z innymi osobami. Arystoteles dzieli sprawności („dzielności”) na dianoetyczne, czyli intelektualne i na etyczne (moralne). Sprawności intelektualne wiążą się z usprawnieniem, wychowaniem intelektu. Należą do nich wiedza, mądrość, roztropność oraz znajomość pierwszych zasad poznania, prasumienie (*synderesis*), sprawność sztuki (wytwarzanie) oraz roztropność w intelekcie. Sprawności moralne, czyli cnoty obejmują wolę człowieka i zalicza się do nich: męstwo, roztropność, sprawiedliwość i umiarko-

⁴⁹ Platon, *Państwo*, tłum. W. Witwicki, Kęty 2003, 559 b, 559 d, 591 b i inne.

⁵⁰ Tamże, 415 a 2.

⁵¹ Tamże, 331c–354c.

wanie. Stagiryta pisze: „dwa tędy są rodzaje dzielności, z których jeden stanowi zalety dianoetyczne, drugi zaś — etyczne, czyli cnoty. Owóż zarówno powstanie, jak i rozwój zalet dianoetycznych jest przeważnie owocem nauki i dlatego wymagają one doświadczenia i czasu; etycznych natomiast nabywa się dzięki przyzwyczajeniu, skutkiem czego i nazwa ich nieznacznie [...] tylko odbiega od wyrazu »przyzwyczajenia«. Wynika stąd też, że żadna z cnót nie jest nam z natury wrodzona; nic bowiem z tego, co jest wrodzone, nie daje się zmienić dzięki przyzwyczajeniu [...] cnoty nie stają się udziałem naszym ani dzięki naturze, ani wbrew naturze, lecz z natury jesteśmy tylko zdolni do ich nabywania, a rozwijamy je w sobie dzięki przyzwyczajeniu. [...] cnót nabywamy dzięki uprzedniemu wykonywaniu czynów [etycznie dodatnich], jak się to dzieje także i w dziedzinie innych sztuk”⁵². Arystoteles „stopniuje” sprawności i wyżej ceni sprawności intelektualne niż moralne. Uwyrażnia się tu intelektualizm jego eudajmonizmu. Stąd, jak zauważa Stagiryta, życie zgodne z cnotami zajmuje drugie miejsce po życiu zgodnym z rozumem, mimo że wspólnie są wyznacznikiem godnego życia ludzkiego, są nierozłączne⁵³.

Seneka w swojej filozofii moralnej i wyrastającej z niej terapii filozoficznej, kompiluje filozofię *areté* w ujęciu Sokratesa, Platona, medioplatonizmu i Arystotelesa, co ma swoje konsekwencje na gruncie rozumienia natury i jej uprawy oraz koncepcji duszy (*anima*) i ducha (*pneuma*) oraz rozumu (*logos*). *Areté* jest celem nie tylko wszystkich ludzi (niezależnie od urodzenia, pozycji społecznej, stanu posiadania), ale i bogów. Seneka wielokrotnie pisze, że szlachetnie urodzony i zamożny patrycjusz może być niewolnikiem w swoich namiętnościach, zaś jego niewolnik, który wypracował w sobie cnoty — człowiekiem wolnym (autarkicznym), wewnętrznym niezależnym⁵⁴.

Teoria cnót, na której stoik z Kordoby buduje swoją terapię filozoficzną, w swojej istocie nie jest do końca klarowna i konsekwentna. Łączy on różne szkoły filozoficzne, a poprzez wpływ filozofii Filona z Aleksandrii, nawiązuje nawet do etyki biblijnego judaizmu. Stąd pewne podobieństwo etyki Seneki do chrześcijaństwa, szczególnie na gruncie piętnowania ludzkich wad i ułomności oraz ideału miłości i braterstwa ludzi.

⁵² Arystoteles, *Etyka nikomachejska* (*Dzieła wszystkie*, t. 5), tłum. D. Gromska, Warszawa 1996, 1103 a 8–32.

⁵³ Tamże, 1178a–1178b.

⁵⁴ *Epist.*, 44, 2–3, 5.

Z jednej strony, buduje on swoją aretologię na fizyce stoickiej, wychodząc z założenia korporeizmu, głoszącego, że „wszystko, co jest realne, jest ciałem, a to, co niecielesne, nie istnieje”⁵⁵. Ciałem jest zatem i Bóg, i dusza oraz cnoty i wady. Korporeizm łączy stoicki materializm z medioplatonizmem, uznając, że dusze zawierają w sobie „załączki wszelkich cnót”. Są one nasionami zasadzonymi w człowieku i jako takie wymagają odpowiedniej uprawy. Seneka pisze, że „cnota się prostuje, gdy poruszy się ją albo pobudzi. Poza tym niektóre cnoty znajdują się co prawda w naszej duszy, ale przejawiają się w nikłym stopniu i dopiero gdy się je wskazało, zaczynają stać w pogotowiu. Niektóre inne spoczywają rozproszone po różnych miejscach, a niemający wprawy rozum nie może ich ściągnąć w całość. Trzeba je tedy zabrać i połączyć w jedno, by miały więcej siły i wyżej dźwigały duszę. W przeciwnym razie, jeśli zalecenia w niczym nie pomagają, winniśmy odrzucić wszelkie nauki i zadowolić się samą naturą”⁵⁶. W Liście 73 znajduje się fragment, w którym Seneka pisze o „boskich nasionach”, znajdujących się w ludzkim ciele⁵⁷. Niczym w ewangelicznej przypowieści o siewcy, jedne rozwijają się, przynosząc plon, inne obumierają (Mk 4, 3–8). Czy są to zatem boskie idee, które, zgodnie z prawem naturalnym, stanowią zasadę racjonalnego postępowania człowieka? Wydaje się, że Seneka łączy stoicką doktrynę prawa naturalnego z medioplatonizmem, w którym idee są boskimi myślami, stwarzającymi świat i ustanawiającymi na nim prawa.

W innym zaś miejscu, za Stagirytą, przyjmuje podział cnoty na dianoetyczną i etyczną, czyli na taką, która zajmuje się „badaniem prawdy i działaniem”⁵⁸. Dodaje, że „cnoty należy się uczyć. Rozkosz jest rzeczą nędzną, maluczką oraz nic nie wartą [...]”⁵⁹. Tym samym dokonuje on odróżnienia ciała jako substancji od cielesności jako podmiotu działań, które mają swoje konsekwencje moral-

⁵⁵ G. Reale, *La filosofia di Seneca com terapia...*, dz. cyt., s. 101.

⁵⁶ *Epist.*, 94, 29–30.

⁵⁷ *Epist.*, 73, 16.

⁵⁸ *Epist.*, 94, 45.

⁵⁹ *Epist.*, 123, 16.

ne. Ta druga jest czymś złym, gdyż jest źródłem wad⁶⁰ i ułomności człowieka, ponieważ „komu ciało jest nazbyt drogie, u tego cnota bez wartości”⁶¹.

W przeciwieństwie do ciała — duch jest „królem”⁶². Dualistyczna etyka neo stoicyzmu dokonuje przeobróżenia rozumu (*logosu*)⁶³. *Logos* jest właściwy ludziom i bogom. Czym zatem jest cnota, według Seneki? Cnota jest wewnętrzną harmonią, polegającą na zgodności z rozumną naturą (w tym właśnie określeniu Seneki uwyraźnia się jego neopitagoreizm i medioplatonizm). Czy jest ona tożsama z dobrem? Filozof odpowiada na pytanie: „czym jest dobro? Oczywiście wolną od występków i czystą a naśladującą Boga duszą, wznoszącą się ponad wszystko, co ludzkie, nic odpowiedniego dla siebie nie stanowiącą poza sobą. Jesteś jednak istotą rozumną. Jakież znajduje się w tobie dobro? Doskonały rozum”⁶⁴.

4. *Homo sacra res homini* — człowiek jest [dla człowieka] rzeczą świętą⁶⁵. Czy natura człowieka jest nabyta czy wypracowana?

Mimo wyraźnego „personalizmu”⁶⁶ i antropocentryzmu, antropologia i etyka Seneki została w pozytywny sposób oceniana przez intelektualistów chrześcijańskich, którzy w większości darzyli tego filozofa dużym uznaniem⁶⁷. Wyrazem tego jest nawiązanie etyki chrześcijańskiej do poglądów Seneki, szczególnie na gruncie idei miłości i braterstwa bliźniego, odpłacania dobrem za zło i dowartościowania tego, co duchowe. W konsekwencji powstała legenda o korespondencji, a nawet przyjaźni pomiędzy Seneką a św. Pawłem, faktycznie

⁶⁰ „[...] ciało to jest dla ducha ciężarem i udręką. Uciskany przez ciało duch ludzki czuje się znękanym i skrępowany, chyba, że przyszedł w pomoc filozofia i pozwala mu podetknąć, dając widzieć istotę wszech rzeczy i odwracając od spraw ziemskich, ku sprawom boskim. Ona jest wyzwoleniem ducha, ona jego wzlotem”. *Epist.*, 65, 16.

⁶¹ *Epist.*, 14, 2.

⁶² *Epist.*, 104, 23–24.

⁶³ *Epist.*, 74, 21.

⁶⁴ *Epist.*, 124, 23.

⁶⁵ *Epist.*, 95, 33.

⁶⁶ G. Reale, *La filosofia di Seneca com terapia...*, dz. cyt., s. 112.

⁶⁷ R. Sowa, *Seneka Młodszy*, [w:] *Powszechna Encyklopedia Filozofii*, red. A. Maryniarczyk, t. 9, Lublin 2008, s. 23.

będącą apokryfem powstałym pomiędzy 324 a 392 r.⁶⁸. Szczególnie w wiekach średnich powoływano się na jego dzieła. Nawiązania do *Listów moralnych* można doszukiwać się nawet w Regule św. Benedykta⁶⁹. Nie oznacza to, że Seneka był „chrześcijaninem”, ponieważ „mądrość Seneki była tylko mądrością z tego świata”, czyli głupstwem w oczach wiary św. Pawła. Według filozofa, człowiek zbawia sam siebie dzięki rozumowi, zaś Apostoł wskazuje, że to Bóg zbawia człowieka⁷⁰. Pomimo to, można doszukiwać się wpływu stoicyzmu na chrześcijaństwo⁷¹ a nawet na judaizm⁷² (wspomniany wcześniej Filon z Aleksandrii jest przedstawicielem filozofii żydowskiej).

W perspektywie filozofii moralnej i filozofii wychowania oraz terapii filozoficznej oddziaływanie stoicyzmu, w tym Seneki, na kulturę nowożytną nie jest bez znaczenia. Stanowi ona ważny punkt odniesienia w sporze dotyczącym natury człowieka. Jak zauważył Piotr Jaroszyński, poglądy Seneki wpłynęły na myśl Jana Jakuba Rousseau. Zdaniem Seneki, „natura nie obdarza nas żadnymi występnyymi skłonnościami: wydała nas na świat jako nieskażonych oraz wolnych od przywar”⁷³. Jaroszyński odnosząc się do rozumienia natury w ujęciu Tomasa z Akwinu (natura nie jest zupełnie zepsuta i zła) i Marcina Lutra (natura jest zupełnie zepsuta i zła) konkluduje, że „[...] natura ludzka w swych podstawach, w swych inklinacjach nie jest w żadnym wypadku skierowana na zło, jest skierowana w sposób niezmacony na dobro, ponieważ w naturze nie ma żadnego pęknięcia, natura jest zdrowa. Seneka nie ustosunkowuje się tutaj rzecz jasna do problemu grzechu pierworodnego, bo to jest problem, który

⁶⁸ K. Obrycki, *Apokryficzna korespondencja między Seneką i św. Pawłem*, „Warszawskie Studia Teologiczne” X/1997, s. 219–240. Należy nadmienić, że Paweł Apostoł jako więzień spotkał się z bratem filozofa — Gallionem — będącym prokonsulem Achai (Dz 18, 12–16; por. W. Chrostowski, *Między...*, dz. cyt., s. 239) oraz podczas dwuletniego pobytu w więzieniu w Rzymie podlegał Burrusowi i dzięki niemu podczas uwięzienia cieszył się względną wolnością. Gallion po powrocie z Achai i Egiptu do Rzymu — już po śmierci Seneki — popadł w niełaskę u Nerona i popełnił samobójstwo.

⁶⁹ B. Szubert, *O wewnętrznym poczuciu wolności*, „Śląskie Studia Teologiczno-Historyczne” 29/1996, s. 180–181.

⁷⁰ G. Reale, *Historia filozofii starożytnej*, t. 4, dz. cyt., s. 118–119.

⁷¹ S. Sztobryn, *Stoicka refleksja nad wychowaniem*, dz. cyt., s. 609.

⁷² T. Zieliński, *Hellenizm a judaizm*, [w:] T. Zieliński, *Religie świata antycznego*, t. 3, Toruń 2010 [na podstawie wydania: Warszawa 1927].

⁷³ „Nulii nos vitio natura conciliat: illa integros ac liberos gennit”. *Epist.*, 94, 56.

pojawia się wraz chrześcijaństwem. Ale nie bierze również pod uwagę stanowiska Platona, który tak bardzo eksponował »walkę« różnych dusz w człowieku, nad którą, niczym woźnica, ma panować rozum. [...] Stanowisko Arystotelesa bardziej wytonowane, dalekie od zbyt gładkiego patrzenia na naturę ludzką, której wielorakie inklinacje trzeba porządkować, nie dlatego że same w sobie są złe, ale dlatego że są w stanie potencjalności, której aktualizacja może przebiegać w różnym kierunku. Aby kierunek był właściwy potrzebne jest wychowanie i cnoty”⁷⁴. W konsekwencji Jan Jakub, dodatkowo uwikłany w teologiczny błąd pelagianizmu i nawet spekulatywnego gnostycyzmu (są one obecne w liberalizmie⁷⁵), przyjmie, że zło ma swoje źródło w kulturze i w społeczeństwie, czyli na zewnątrz człowieka⁷⁶.

Czy zło i wady są poza człowiekiem, czyli w kulturze? Czy sama zaś natura, według Seneki, jest doskonała? Odpowiedź na te pytania nie jest łatwa, ponieważ Seneka kompiluje różne filozoficzne ujęcia. Argumentuje, że „wady nasze nie znajdują się bynajmniej na zewnątrz nas: są one w nas, tkwią w samych trzewiach naszych”⁷⁷. A następnie dodaje: „[...] dobre usposobienie nie przychodzi do nikogo wcześniej niż występne. Wszyscy jesteśmy przez nie owładnięci już z góry. Uczyć się cnót — to odrzucać przywary [...] cnoty się nie odrzuca”⁷⁸.

Zgodnie ze stoicką teorią materii pneumatycznej, dusza, żeby była rzeczywistością, musi być ciałem i materią. Jak pisze, „żadna mądrość nie usuwa naturalnych niedoskonałości ciała czy ducha: co jest wszczepione i wrodzone, można to umiejętnie złagodzić, lecz nie przewyciężyć”⁷⁹. Wydaje się zatem, że zdaniem Seneki, natura i sama cnota są czymś „dynamicznym”, co jest kształtowane, poddane procesowi stawania się i aktualizacji.

Wyjątkowość człowieka w ujęciu Seneki uwyrażnia się w środowisku osobowym, jakim jest przyjaźń (*amicitia*). Motywem terapeutycznym rozmów filozofa i adresata jego listów jest również i ona⁸⁰. Przyjaźń ułatwia dochodzenie

⁷⁴ P. Jaroszyński, *Kultura. Dramat natury i osoby*, Lublin 2020, s. 106–107.

⁷⁵ Zob. J. Bartyzel, *W gąszczu liberalizmów. Próba periodyzacji i klasyfikacji*, Lublin 2012, s. 212 i nn.

⁷⁶ P. Jaroszyński, *Kultura...*, dz. cyt., s. 108; Epis. 94, 55: „Mylisz się bowiem, jeżeli sądzisz, że występki rodzą się wraz z nami: przyszły one później i zostały nam narzucone”.

⁷⁷ *Epist.*, 50, 3–4.

⁷⁸ *Epist.*, 50, 7.

⁷⁹ *Epist.*, 9, 1.

⁸⁰ *Epist.*, 3; 9; 18.

do prawdy i dobra (mądrości), otwartości, życzliwości i szczerości, stąd jest naturalnym podłożem *areté*. Zatem Seneka, idąc za filozofią przyjaźni Sokratesa, Arystotelesa, Epikura⁸¹ i Cyserona⁸², uważa, iż jest ona możliwa tylko pomiędzy równymi sobie w cnocie. Musi być oparta na niej, a nie na przyjemności i użyteczności. Te ostatnie są ze względu na coś i przeważnie kończą się w momencie osiągnięcia tego celu. Nie są czymś trwałym i odpornym na próby zmiennego losu, który często niesie troski, cierpienie, a nawet i wykluczenie społeczne. Przyjaźń oparta na cnocie jest ich przeciwieństwem, ponieważ trwa przy osobie przyjaciela, pomimo trudu i przeciwności. Jest środowiskiem osobowych relacji, które rozwijają i chronią osobę. Nawiązanie takiej relacji pozwala na terapię. Seneka nie jest jednak naiwny. Stoi na stanowisku, iż proces nawiązywania przyjaźni jest bardzo trudny i czasochłonny. Zawijając ją, należy „długo się namyślać” i nie od raz dopuszczać kogoś do swojej przyjaźni, ale po jej zawarciu — ufać. Bo przyjacielowi należy ufać jak samemu sobie, można z nim dzielić się wszystkim, również wiedzą o tym, co zrobiliśmy złego. To właśnie oczyszcza duszę. Wypowiedzenie i wyrzucenie z siebie tego, co jest w nas złe. Leczenie bowiem polega na zwalczaniu choroby, w tym przypadku choroby duszy.

5. Choroby duszy jako skutek braku *areté* i dobra

Zdaniem Giovanniego Reale, choroby duszy w terapii filozoficznej Seneki polegają na przykładaniu wielkiej uwagi do rzeczy, które faktycznie są mało, lub nic nie warte (małostkowość, brak wielkoduszności). Człowiek musi zapamiętać nad namiętnościami, gdyż brak ich opanowania, prowadzi do chorób duszy⁸³. Przedstawiony w *Listach moralnych* „spis” chorób duszy jest bardzo długi. Do najważniejszych z nich można zaliczyć:

- beczynność i marnowanie czasu, lenistwo⁸⁴ (a może nawet *acedia*);
- uleganie uczuciom, namiętnościom i przyjemnościom;
- pożądanie tego, co nie jest faktycznym dobrem;

⁸¹ M. Krasnodębski, *Zarys dziejów...*, dz. cyt., s. 30, 85–88, 118–119.

⁸² M. T. Cyseron, *Leliusz o przyjaźni*, tłum. J. Korpanty, Kraków 1997.

⁸³ G. Reale, *La filosofia di Seneca com terapia...*, dz. cyt., 168 i nn.

⁸⁴ *Epist.*, 1 i inne.

- lęk przed śmiercią⁸⁵;
- brak dojrzałości, lekkomyślność, zniewieścienie u mężczyzn⁸⁶;
- brak umiaru (zarówno duszy, jak i ciała), roztropności, męstwa i sprawiedliwości⁸⁷;
- hedonizm⁸⁸ i konsumpcjonizm;
- przestawanie z ludźmi dającymi zły przykład⁸⁹;
- próżność, pycha⁹⁰;
- złe lektury⁹¹, w tym książki dające tylko erudycję⁹²;
- złe rozrywki (Seneka wymienia na przykład walki gladiatorów)⁹³
- a nawet zbędność podróżowania⁹⁴.

W konsekwencji neostoik z Kordoby daje swoim słuchaczom imperatyw: „obcuj z tymi, którzy potrafią cię poprawić”⁹⁵ i uprawiaj filozofię, gdyż choroby duszy biorą się z nieuprawiania filozofii⁹⁶. Apeluje o roztropność i sprawiedliwość. Pierwsza cnota jest wyborem szlachetnych celów, ale również środków prowadzących do celu (nie wystarczy, żeby cel był dobry w sensie moralnym, ale także środki winny być takie). Druga polega na oddaniu tego, co się komuś słusznie należy. Zatem należy oddać człowiekowi mądrość, szacunek, prawdę, dobro, piękno, wynikające z roztropności i ze sprawiedliwości. Sprawności te kształcą charakter człowieka, gdyż charakter jest czymś wynikającym z ukształtowanych cnót.

⁸⁵ *Epist.*, 1; 24; 30 i wiele innych.

⁸⁶ *Epist.*, 20, 13.

⁸⁷ *Epist.*, 13; 25; 33; 81.

⁸⁸ *Epist.*, 95.

⁸⁹ *Epist.*, 7 i inne. Seneka wskazuje na negatywny i deprawujący wpływ grupy w stosunku do jednostki i na bezsilność tej ostatniej wobec grupy, zgodnie z przysłowiem: *nec Hercules contra plures*.

⁹⁰ „[...] pycha nie jest niczym innym, jak tylko fałszywym pozorem wielkości”. *Epist.*, 88, 32.

⁹¹ *Epist.*, 95, 1.

⁹² *Epist.*, 2, 1–2.

⁹³ Seneka brzydząc się przemocą i rozlewem krwi, którą epatowały walki gladiatorów, opisuje przypadek germańskiego niewolnika — gladiatora, który chcąc uniknąć walki, przed wyjściem na arenę popełnił samobójstwo, dusząc się patykiem z gąbką, który w kloakach służył do higieny osobistej. Kloaka była zresztą jedynym miejscem, w którym ów gladiator mógł przebywać sam bez pilnującego go strażnika. *Epist.*, 70, 20.

⁹⁴ *Epist.*, 104, 15–16.

⁹⁵ *Epist.*, 7, 8.

⁹⁶ *Epist.*, 14, 7; 15, 1 i inne.

Na człowieku nie tylko spoczywa trudny obowiązek dążenia do doskonałości, która, jak już zaznaczyłem, nie jest w pełni osiągalna przez mędrców-filozofów, ale także obowiązek bycia człowiekiem. Nie należy pobłażać złu. Podobnie jak w chrześcijaństwie czy judaizmie (Dekalog), Seneka uważa, że nie należy dopuścić do jego rozpowszechniania się, że należy zwalczać je w zarodku. Jak pisze, „słaba jest z początku każda namiętność. Potem sama siebie podnieca, a gdy czyni postępy, nabiera sił. Łatwiej wcale jej nie dopuszczać niż później ją wyganiać. Któż przeczy, że wszelka namiętność wpływa z jakiegoś naturalnego poniekąd źródła? Natura wpoila w nas troskę o siebie samych, lecz gdy oddasz się tej trosce nadmiernie, przekształci się w występki. Do rzeczy koniecznych przymieszała ona rozkosz — nie po to, byśmy jej szukali, lecz by dodatek jej uczynił miłym nam wszystko, bez czego nie możemy żyć. Jeżeli rozkosz przychodzi jako coś niezależnego, jest już rozpustą. Przeto opieramy się namiętnościom na samym wstępie, gdyż łatwiej [...] w ogóle ich nie przyjąć, niż zmusić do odejścia. [...] Wybornie moim zdaniem odpowiedział Panecjusz pewnemu młodzieńcowi, który pytał, czy mędrzec będzie uprawiał miłostki. Jeśli idzie o mędrca, rzekł, to zobaczymy później. Mnie zaś i tobie, którym daleko jeszcze do prawdziwej mądrości, nie wolno dopuszczać, byśmy wpadli w coś niespokojnego, rozpasanego, podporządkowanemu komuś drugiemu, bezwartościowego dla siebie”⁹⁷. Ostatecznie nie tylko rozum jest ważną władzą człowieka. Seneka wskazuje również na rolę woli (*voluntas*) człowieka. Nie tylko trzeba wiedzieć, co jest dobre, ale również istotna jest „siła woli”, aby osiągnąć zamierzone dobro, trwać przy nim. W ten sposób Seneka wydaje się przełamywać intelektualizm moralny Sokratesa⁹⁸, wskazując na rolę moralnych *areté*, na rolę podporządkowania uczuć człowieka woli (bo faktycznie wbrew stanowisku stoików i Kanta nie można ich usunąć z natury człowieka). Uprawa woli i uczuć człowieka uwyrażnia rolę cnoty męstwa i umiarkowania. Ten aspekt znajdzie naśladowców w etyce średniowiecznej i współczesnej (Tomasz z Akwinu, Karol Wojtyła, Mieczysław Gogacz).

⁹⁷ *Epist.*, 116, 3–4.

⁹⁸ G. Reale, *La filosofia di Seneca con terapia...*, dz. cyt., 143–145.

6. Wnioski końcowe: Seneka jako terapeuta

O swoim dziele, *Listach moralnych*, Seneka pisze: „ukryłem się w zaciszu, pozamykałem drzwi, w tym celu, abym mógł być pożyteczny dla większej ilości ludzi. Żaden dzień nie upływa mi na bezczynności. Pracom naukowym poświęcam także część nocy. Na sen nie pozostawiam wolnego czasu, ale mu ulegam, zmorzony. Oczy, zmęczone przez nocne czuwanie i zamykające się do snu, wysilam przy pracy. Oddaliłem się nie tylko od ludzi, ale i spraw ludzkich, w pierwszym rzędzie od własnych. Trudzę się dla dobra potomnych. Utrwałam na piśmie to, co może im przynieść pożytek. Przekazuję w swych listach zdrowe zasady, jak gdyby wskazówki na sporządzenie pożytecznych środków leczniczych. Ich skuteczność wypróbowałem najpierw na własnych wrzodach, które jeśli nawet nie całkiem wyleczone, jednak przestały się jątrzyć. Wskazuję innym prostą drogę, którą sam odnalazłem — zbyt późno, kiedy już przez błędzenie byłem zmęczony”⁹⁹. Porady Seneki, które otrzymujemy od niego, właśnie odpowiadają nam na pytanie, jak żyć? Stanowią one praktyczną filozofię życia, która w swojej istocie jest terapią filozoficzną, a zatem filozofią leczącą i korygującą ludzką duszę.

Czy taka terapia jest zasadna i potrzebna? Jak najbardziej, ponieważ jej celem nie jest zastąpienie psychologii czy psychiatrii lub tradycyjnej psychoterapii, ale wspomaganie człowieka¹⁰⁰, poprzez porządkowanie ludzkiego życia. Ponadto człowiek faktycznie jest istotą rozumną, potrzebującą racjonalnego obrazu rzeczywistości. Stąd iluzoryczność i kruchość emotywnych i irracjonalistycznych (postmodernistycznych) wizji rzeczywistości, które pozwalają na pewne manipulowanie człowiekiem jako istotą społeczną. Terapia filozoficzna jest propozycją racjonalną, uprawianą w duchu integralnej i personalistycznej antropologii, która porządkuje postrzeganie świata i osób, wspiera osoby potrzebujące pomocy, pozwala na *metanoię* oraz na nawiązanie afirmujących kontaktów osobowych. Stanowi alternatywę w stosunku do metod behawioralnych, niekiedy traktujących człowieka wyłącznie w paradygmatach

⁹⁹ *Epist.*, 8, 1–3.

¹⁰⁰ Zob. L. Ostasz, *Psychoterapia filozoficzna. O usprawieniu rozumu i leczeniu psychiki*, Warszawa 2011; P. Leśniak, *Filozofia jako ćwiczenie duchowe. Coachingowy model uprawiania filozofii*, „*Studia Philosophiae Christianae UKSW*” 54(2018)3, s. 5–36; P. Zdybek, *Krytyczne spojrzenie z perspektywy psychologa na granice poradnictwa filozoficznego w porównaniu psychoterapii, pomocy psychologicznej i coachingu*, „*Studia Philosophiae Christianae UKSW*” 54(2018)3, s. 61–83.

kartezjańsko–mechanistycznych lub materialistycznych. Może stanowić metodę wspomagającą u pacjentów leczonych metodami tradycyjnymi. Jej intencją nie jest zastąpienie tych metod. Zresztą sam Seneka, wydaje się, rozumie ten problem, gdy pisze, że „nawet cała potęga filozofii, choćby użyła do tego wszystkich swoich sił, nie uwolni duszy od ciężkiej już i zastarzałej choroby, lecz to, że nie leczy ona wszystkiego, nie oznacza, że zgoła nic nie leczy”¹⁰¹. Filozofia, posiadająca moc leczniczą nie zawsze może pomóc. Metanoia jest postawą, polegającą na zmianie myślenia i postępowania osoby. Zauważa to również autor *Listów*, pisząc, iż „nie zawsze pouczenia nakłaniają do właściwego postępowania, lecz tylko wtedy, gdy sprzyja temu dany umysł. Niejednokrotnie, gdy umysł opanowany jest przez opatrne mniemania, pouczenia są całkiem daremne. Zresztą nawet i wtedy, gdy ludzie postępują dobrze, nie zdają sobie bowiem sprawy, że postępują właściwie. Nikt bowiem oprócz człowieka, który by był przysposobiony od samego początku i zawarł w sobie pełnię rozumu, nie jest w stanie zbadać wszystkich okoliczności tak dokładnie, iżby wiedział, kiedy, o ile, z kim, jak i dlaczego wypada mu postąpić”¹⁰². Człowiek bowiem uczy się mądrości, a tylko bogowie są mądrzy (wpływ Platona). Dusza ludzka może nabywać cnoty i mądrości, gdyż ma w sobie boże idee kierujące ją do dobra (wpływ Filona). Proces ten nie jest jednak łatwy, ponieważ „dążenie do nieba wymaga jednak wielkiego wysiłku. Toteż dusza cofa się nieraz”¹⁰³.

Terapia filozoficzna w ujęciu Seneki jest rozmową z własną duszą, a następnie przyjacielskim dialogiem z zaprzyjaźnioną osobą. I właśnie takie rozmowy leczą. Pozwalają obiektywnie rozpoznać realną rzeczywistość, nabyć sprawności intelektualnych i moralnych, a następnie zdystansować się od tego, co tak naprawdę w życiu człowieka jest mało ważne lub na co człowiek nie ma wpływu. Seneka uczy właśnie „spokoju ducha”, autarkii, czyli duchowej niezależności oraz wolności. W konsekwencji prowadzi to do wyzbycia się lęku i fałszywych przekonań, które ograniczają roztropne, umiarkowane, mężne i sprawiedliwe działania człowieka.

Pomijając akademickie spory dotyczące natury człowieka w ujęciu Seneki, jego *Listy moralne* możemy zasadniczo potraktować jako podręcznik do terapii filozoficznej. Szczególnie początkowe listy stanowią bardzo zwięzły materiał,

¹⁰¹ *Epist.*, 94, 24.

¹⁰² *Epist.*, 95, 4–6.

¹⁰³ *Epist.*, 92, 30–31.

który bez większej adaptacji można zastosować do terapeutycznych zajęć. Można je we fragmentach czytać, rozmawiać na temat ich treści. Są one napisane na tyle prostym i przystępnym językiem, że może je zrozumieć osoba bez większego przygotowania filozoficznego i historycznego (oczywiście warto uwzględnić nie tylko specyfikę uwarunkowań filozoficznych, ale również historycznych, religijno-mitologicznych, kulturowych i cywilizacyjnych I w. po Chr.). Wydaje się, że Seneka Młodszy jest wzorem *coucha*. Nie jest tylko mistrzem na polu swojego filozoficznego warsztatu i praktycznych umiejętności, przekazywania wcale nie łatwych treści. Jego mistrzostwo jest również widoczne w dystansie do samego siebie oraz pokorze (*humilitas*)¹⁰⁴. Osoba bowiem pracująca z innymi, szczególnie osobami potrzebującymi wsparcia, winna niczym Sokrates „wiedzieć, że nic nie wie”. Pokora pozwala bowiem otworzyć się na drugą osobą, ułatwia słuchanie, wymianę poglądów i idei, a wreszcie na poznanie rzeczywistości. Wprowadza zatem do prawdy i realizmu, w których nie kreuje się idealnych idei a nawet utopii, które często są nieosiągalnymi wzorami, budzącymi tylko frustrację lub przemoc i manipulację jako metody ich realizacji.

Drugim wymiarem terapii filozoficznej Seneki jest przyjaźń. W starożytności wielu filozofów (Empedokles, Sokrates, Platon, Arystoteles, Teofrast, Epikur, Cyceon) postrzegało przyjaźń jako jedną z ważniejszych relacji osobowych, relacji, która ma wymiar terapeutyczny. W kulturze nowożytnej, pod wpływem

¹⁰⁴ *Epist.*, 106, 7. Przyczyną pychy są inne wady, które omawia Seneka: „[...] dlaczego głupota trzyma się tak silnie? Najpierw dlatego, że nie zwalczamy jej całym męstwem ani nie rwiemy się do wybawienia całym zapałem; następnie zaś dlatego, że nie dość mocno wierzymy w to, z otwartymi sercami i zbyt opieszale zabieramy się do ważnej rzeczy. W jaki sposób jednakże może nauczyć się dobrze zwalczać swoje występki człowiek, który uczy się tego tylko wtedy, kiedy wolny jest od występków? Nikt z nas nie schodzi w głąb. Poprzestajemy na uszczknięciu tego, co znajduje się na powierzchni, i uważamy, że zrobiliśmy dość lub nawet za wiele, jeśli zajęci czymś innym, poświęciliśmy filozofii trochę czasu. Ale główną przeszkodą nam to, że zbyt szybko uznajemy siebie za dobrych. Gdy tylko trafimy na kogoś, kto zwie nas dobrymi, roztropnymi czy sumiennymi ludźmi, przystajemy na to. Nie zadowolajmy się mierną pochwałą: czymkolwiek obsypie nas bezwstydnym przypochlebianiem się, przyjmijmy to jako coś nam należnego. Zgadzaemy się z tymi, którzy twierdzą, że jesteśmy najlepsi i najmądrzejsi, choć wiemy, że mówią oni wiele rzeczy niesprawiedliwych. Przy tym jesteśmy dla siebie tak pobłażliwi, że pragniemy, aby wychwalano nas za zalety, z którymi postęпки nasze zostają w szczególnie wielkiej sprzeczności. Ten, co właśnie zadaje męki, chętnie słyszy, iż jest najłagodniejszy; ten, co rabuje, lubi słuchać, że jest najszczodroliwszy [...]. Idzie za tym więc, że nie chcemy poprawić się dlatego, iż uważamy się za doskonałych [...]”. *Epist.*, 59, 9–12.

poglądów jednego z ojców liberalizmu Thomasa Hobbesa (*homo homini lupus est*) nastąpiło zdystansowanie problematyki przyjaźni. *Listy moralne do Lucyliusza* przypominają nam o jej terapeutycznej roli.

Na zakończenie należy dodać, że mędrzec w rozumieniu Seneki to człowiek pogodny i radosny. Pomimo przeciwności losu, należy zachować radość i pogodę ducha, gdyż radość jest skutkiem mądrości¹⁰⁵.

Bibliografia

Źródła

- Arystoteles, *Etyka nikomachejska (Dzieła wszystkie, t. 5)*, tłum. D. Gromska, Warszawa 1996.
- Cycon Marek Tulliusz, *Leliusz o przyjaźni*, tłum. J. Korpanty, Kraków 1997.
- Epiktet, *Diatryby*, tłum. L. Joachimowicz, Warszawa 1961.
- Platon, *Eutydem*, tłum. W. Witwicki, Warszawa 1993.
- Platon, *Gorgiasz*, tłum. P. Siwek, Warszawa 1991.
- Platon, *Państwo*, tłum. W. Witwicki, Kęty 2003.
- Seneka Lucjusz Anneusz, *Dialogi*, tłum. i kom. L. Joachimowicz, Warszawa 1998.
- Seneka Lucjusz Anneusz, *Listy moralne do Lucyliusza*, tłum. W. Kornatowski, Warszawa 2010 (na podstawie wydania PWN z 1961).
- Seneka Lucjusz Anneusz, *Myśli (Sententiae selectae)*, wybrał, przełożył i opracował S. Stabryła, Warszawa 2008.
- Swetoniusz Gajusz Trankwiliusz, *Żywoty Cesarów*, tłum. J. Niemirska-Pliszczyńska, Wrocław-Warszawa-Kraków-Gdańsk-Łódź 1987.

Opracowania

- Bartyzel J., *W gąszczu liberalizmów. Próba periodyzacji i klasyfikacji*, Lublin 2012.
- Bayer-Niemeier E., *Musem Quintana — Lehrerhandreichung Römerabteilung. Archäologie in Künzing*, Straubing 2007.
- Błaszczuk I., *Lucjusz Anneusz Seneka — mistrz słowa, nauczyciel życia przyszłych pokoleń*, „Roczniki Pedagogiczne” t. 8/44, nr 1 (2016), s. 78–104.
- Błaszczuk I., *Seneka o wychowaniu w rodzinie rzymskiej*, Bydgoszcz 2003.
- Chrostowski W., *Między Synagogą a Kościołem. Dzieje św. Pawła*, Kraków-Ząbki 2015.

¹⁰⁵ *Epist.*, 109, 14–16.

- Copleston F., *Historia filozofii*, t. 1: *Grecja i Rzym*, tłum. H. Bednarek, Warszawa 1998.
- Delatte L., *Lucilius, l'ami de Sénèque*, „Études classiques” 4/1935, s. 367–385, 546–590.
- Filozofia ako terapia. Dejinné koncepty*, [w:] *Acta Philosophica Tyrnaviensia*, red. naukowa A. Démuth, R. A. Slavkovský, t. 16, Trnava 2009.
- Grimal P., *Seneka*, tłum. J. R. Kaczyński, Warszawa 1994.
- Guillemin A., *Sénèque, directeur d'âmes*, „Revue des études latines” 30/1952, s. 202–219; 31/1953, s. 215–234; 32/1954, s. 250–274.
- Hadot I., *Seneca und die griechisch-römische Tradition der Seelenleitung*, Berlin 1969.
- Hadot P., *Czym jest filozofia starożytna?*, tłum. P. Domański, Warszawa 2001.
- Hadot P., *Filozofia jako ćwiczenie duchowe*, tłum. P. Domański, Warszawa 1992.
- Hadot P., *Twierdza wewnętrzna. Wprowadzenie do „Rozmyślań” Marka Aureliusza*, tłum. P. Domański, Kęty 2004.
- Jaeger W., *Paideia*, tłum. M. Plezia, t. 2, Warszawa 1964.
- Jaroszyński P., *Kultura. Dramat natury i osoby*, Lublin 2020.
- Joachimowicz L., *Seneka*, [w:] Lucjusz Anneusz Seneka, *Dialogi*, tłum. i kom. L. Joachimowicz, Warszawa 1998, s. 7–116.
- Krasnodębski M., *Terapia filozoficzna w poglądach i praktyce Urszuli Wolskiej*, „Paideia” 2/2020, s. 195–210.
- Krasnodębski M., *Zarys dziejów ateńskiej historii wychowania. Paideia od Sokratesa do Zenona*, Warszawa 2011.
- Kubiak Z., *Mitologia Greków i Rzymian*, Kraków 2013.
- Kurek J., *Paideia rzymska. Model formowania człowieka w myśli Seneki, Epikteta i Marka Aureliusza*, Warszawa 2016.
- Leśniak P., *Filozofia jako ćwiczenie duchowe. Coachingowy model uprawiania filozofii*, „Studia Philosophiae Christianae UKSW” 54(2018)3, s. 5–36.
- Obrycki K., *Apokryficzna korespondencja między Seneką i św. Pawłem*, „Warszawskie Studia Teologiczne” X/1997, s. 219–240.
- Ostasz L., *Psychoterapia filozoficzna. O usprawnieniu rozumu i leczeniu psychiki*, wyd. 2, Warszawa 2011.
- Pigoń J., *Od uwielbienia do wzdargy: Seneka w oczach Rzymian (do połowy II wieku)*, „Meander” 64–67 (2009–2012), s. 83–100.
- Reale G., *Historia filozofii starożytnej*, t. 1–5, tłum. E. I. Zieliński, Lublin 1997–2002.
- Reale G., *La filosofia di Seneca com terapia dei mali dell'anima*, (VI edizione), Milano 2008.
- Reale G., *Saggezza antica. Terapia per i mali dell'nono d'oggi*, Milano 1993.

- Sowa R., *Seneka Młodszy*, [w:] *Powszechna Encyklopedia Filozofii*, red. A. Maryniarczyk, t. 9, Lublin 2008, s. 22–24.
- Szlama A., *Terapeutyczne aspekty filozofii stoickiej w „Rozmyślaniach” Marka Aureliusza i „Diatrybach” Epikteta z Hierapolis*, Warszawa 2021.
- Sztobryn S., *Stoicka refleksja nad wychowaniem. Zarys problematyki*, [w:] *Pedagogika i edukacja wobec nowych wspólnot i różnic w jednoczącej się Europie*, red. E. Malecka, B. Śliwowski, Kraków 2002, s. 591–609.
- Zsubert B., *O wewnętrznym poczuciu wolności*, „Śląskie Studia Teologiczno–Historyczne” 29/1996, s. 180–184.
- Tatarkiewicz W., *O szczęściu*, Warszawa 1965.
- Voelke A. J., *La philosophie comme thérapie de l’âme*, Fribourg 1993.
- Wolska U., *Człowiek rzeczy czy osoba? Filozoficzne ujęcie człowieka jako osoby terapii dla zagubionych w płynnej ponowoczesności*, Warszawa–Radzymin 2017.
- Wolska U., *Terapia filozoficzna. Od umiłowania mądrości do dobrego i spełnionego życia*, t. 1–4, Warszawa 2019–2020.
- Zdybek P., *Krytyczne spojrzenie z perspektywy psychologa na granice poradnictwa filozoficznego w porównaniu psychoterapii, pomocy psychologicznej i coachingu*, „Studia Philosophiae Christianae UKSW” 54(2018)3, s. 61–83.
- Zieliński T., *Hellenizm a judaizm*, [w:] T. Zieliński, *Religie świata antycznego*, t. 3, Toruń 2010.

Netografia

- Gabinet Filozoficzny dr Urszuli Wolskiej — terapia filozoficzna, <http://gabinetfilozoficzny.com> [dostęp z dn. 11.06.2022].
- Gesellschaft für Philosophische Praxis (GPP), <https://www.g-pp.de/de/index.asp> [dostęp z dn. 6.08.2022].

PHILOSOPHICAL CONVERSATIONS THAT HEAL THE SOUL. SENECA’S MORAL LETTERS TO LUCILIUS AS A THERAPEUTIC TREATISE

Summary

Stoicism and Epicureanism created after the conquests of Alexander the Great are both practical philosophies. Their aim is not a complete metaphysical

system which could explain all reality as it was in the cases of philosophy of Plato (idealism) and Aristotle (realism). Philosophies after Alexander the Great were confronted with the question: How to live? How to live in cosmopolitan empires after leaving polis? How to find oneself in a multitude of cultures, religious beliefs and languages? What is the human nature? How to achieve happiness? What is the function of virtue in human life? What is pleasure and what attitude should one have towards it?

Philosophies of Zeno of Kition and Epicurus are based on the same philosophical premise. They set up their schools in Athens almost at the same time. The Garden of Epicurus is set up at the turn of the year 307 and 306 B.C. and Stoa of Zeno about 300 B.C. Both Epicureans and stoics build their philosophies on materialistic anthropology. However, they shape moral philosophy differently in their search for happiness (eudaimonism). For Epicureans happiness means rational pleasure and for stoics— arete (virtue, efficiency). Epicurus admits pleasure and Zeno rejects it completely.

Lucius Anneus Seneca the Younger who lived in the first century after Christ (A.C.) belongs to the third generation of the stoic school— Roman eclecticism. It is in accordance with the spirit of Zeno's philosophy. Zeno unlike Epicurus did not practice dogmatic philosophy which would be closed to foreign influences. Hence its vitality and almost unflagging popularity, not only in antiquity. Seneca's syncretic stoicism contains Epicurean, Aristotelian and even Platonic threads (the issue of immortality of the human soul) and mediaplatoic (the issues of providence and creationism). The latter may have been borrowed from Philo of Alexandria and in some respect correspond to Christian thought. The moral philosophy of the educator of Nero is humanistic, universal and practical. It contains answers to human problems and at the same time has a therapeutic dimension. This last aspect is particularly evident in his last work (next to: *On the Phenomena of Nature* and drama *Octavia*) — *Moral Letters to Lucilius*. Seneca writes there about healing of the soul. Philosophy is supposed to be the cure for her illnesses. It seems that due to the growing interest and demand for philosophical therapy, it is worth examining the Letters as not only a moral treatise, but also as a therapeutic one. Conversations between Seneca and Lucilius are a record of their joint search for truth, wisdom, friendship and therapy of the soul. They are a beautiful record of searching for humanity and healing the soul by rejecting everything that does not suit her. Seneca not only gives guidance to

Lucilius but also heals his own soul and performs self-purification. So, reading the conversation between Seneca and Lucilius, can't we purify our own souls?

Keywords: Lucius Anneus Seneca the Younger, Lucilius the Younger, Moral Letters to Lucilius, moral philosophy, philosophical therapy